

Prezentácia a konzultácia

Vieme čo jeme?



- Naše zlo-zvyky
- Zloženie stravy
- Žijeme aj jeme príliš rýchlo
- Tradície

Zloženie tela



- Meranie na InBody 270
- Svalová hmota, tuk, zadržovaná voda, hustota kostí
- Metabolizmus

Jedzme zdravo



- Prečo by nám malo záležať na tom čo jeme?
- Čo je to zdravý tanier?

Závislosti energetického příjmu a výdaje

Výdaj

Príjem

bazál

pohyb

šport

jedlo

sladkosti

pivko

chipsy

HELP!



Poradíme a ukážeme cestu



**VÝŽIVOVÉ
PORADENSTVO
JEDÁLNIČKY NA MIERU
DIÉTA DR.SLIM**

**POTREBUJEŠ
PORADIŤ AKO NA TO?**

slimteam.sk
info@slimteam.sk
0918 409 702

SlimTeam, Lazaretská 3/a, Bratislava

info@slimteam.sk

0918 409 702